

Tämä on rinnakkaistallenne.

Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat *saattavat poiketa* alkuperäisestä julkaisusta.

Julkaisun tekijä(t):	Toppila, Saija
Julkaisun nimi:	Ei kevättä ilman KirjastoMOVEa!
Julkaisuvuosi:	2017
Versio:	Julkaistu versio

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Toppila, S. (2018). Ei kevättä ilman Kirjastomovea! Kreodi, (2).

Haettu 21.3.2018 osoitteesta

<https://www.kreodi.fi/en/21/Ihmiset/396/Ei-kev%C3%A4tt%C3%A4-ilman-KirjastoMOVEa!.htm>



20.09.2017, 18:27

# EI KEVÄTTÄ ILMAN KIRJASTOMOVEA!

[KIRJASTOMOVE](#)

Saija Toppila

**Perinteinen KirjastoMOVE-liikuntakampanja sai keväällä amk-kirjastolaiset liikkeelle. Liikuntasuorituksia kerättiin aikavälillä 13.3.-31.5.2017. Kisaan osallistui 14 kirjastoa, ja maaliin pääsi 128 reipasta kirjastolaista. Kampanjan teema oli tällä kertaa ”Luonto liikuttaa”, jota sai toteuttaa haluamallaan tavalla.**

## Tulokset

Karelian urheilullinen joukkue vei KirjastoMOVE-voiton jo kolmannen kerran. Voittoon ylsi tänä vuonna keskimäärin 97 tunnilla per osallistuja. Xamk ei jäänyt kauaksi, vaan saavutti kakkossijan 86 tunnilla. Noin 70 liikuntatunnin kieppeillä oli useampikin joukkue, joiden joukosta Centria kiilasi tulostilan kolmanneksi 75 tunnilla.

Henkilösarjassa palkittiin ahkerasti liikkuneet Minna Varkila (Diak) 196 h, Oili Valtonen (Xamk) 147 h ja Airi Jäppinen (Diak) 139 h, sekä laajimman lajikirjon kirjannut Tuula Saastamoinen (Xamk) 31 lajia. Minna Varkila kertoi liikunnan olevan elämäntapa, ja että luontoilu kaikissa muodoissaan on tullut yhä tärkeämmäksi. Se on myös oiva vastapaino työlle.

Voittajat palkittiin lahjakorteilla ja tuotepalkinnoilla. Facebook-ryhmässä järjestettiin ”Luonto liikuttaa” -valokuvakisa, johon osallistuneita muistettiin pienillä paketeilla. Kampanjan puolivälissä sekä lopussa arvottiin myös kannustuspalkintoja kaikkien liikkujien kesken. KirjastoMOVE:n palkinnot sponsoroivat tänä vuonna Adlibris, Booky, Dermosil, Kasvishovi, Oamk, SanomaPro ja Yogaia.





© Saija Toppila

## Liikuttava lajikirjo

"Luonto liikuttaa" -teema sai osallistujat löytämään liikkumisen iloa uusista ja vanhoista lajeista, ja nauttimaan luontokokemuksista monilla tavoin. Eniten harrastetut lajit olivat kävely, pyöräily ja siivous. Kylmän kevään ansiosta talvilajit olivat tänä vuonna hyvin edustettuina, ja kampanjan aikana ehdittiin mm. hiihtää, lasketella, potkukelkkailla ja lumikenkäillä. Luonto liikutti osallistujia myös retkeilemään, polkujuoksemaan, frisbeegolffaamaan, suppailemaan ja soutelemaan. Sisäliikuntakin säilytti suosionsa. Arcadassa ja Diakissa tempaistiin geokätköilemällä yhdessä. Luonnon helmassa oli kuunneltu myös webinaaria. Tavoitteita ja odotuksia asetettiin jo ensi vuodellekin, ja kampanjalle toivottiin vaihtuvaa teemaa myös jatkossa.



## Kommentteja osallistujilta

Voitosta yllättyneet karelialaiset lupasivat ehdottomasti järjestää ensi vuoden kampanjan, joten jatkoa on onneksi luvassa! Lopuksi vielä muutama kommentti loppuraporteista:

"Metsässä tuli kuljettua tavallista enemmän. Rentouttavaa, mieli lepää ja stressi poistuu."

"Kyllä luonto liikuttaa kehoa ja mieltä!"

"Kampanja liikuttaa kivasti ja ensi vuonna toivottavasti parannetaan jälleen suoritusta."

Saija Toppila, informaatikko

Oulun ammattikorkeakoulun kirjasto